www.trome.com
facebook.com/tromepe @tromepe

trome

EL CHANCHITO DE LA SUERTE

AÑO 25 | Nº 9068
MIÉRCOLES 19 DE AGOSTO DEL 2026
DIRECTOR PERIODÍSTICO: CARLOS ESPINOZA OLCAY
S/1.00
VÍA AÉREA S/ 1.20

PARTICIPA VÍA WHATSAPP 920322729
EL NUMERITO GANADOR
HOY S/200
FACEBOOK SORTEO EN VIVO!

HOY CUPONES GRATIS

1 PREMIO DE 20,000 SOLES / 1 PREMIO DE 5,000 SOLES / 10 PREMIOS DE 1,000 SOLES / 660 PREMIOS DE 100 SOLES / 1669 PREMIOS DE 50 SOLES

ASESINAN A CHOFER DE BUS DE EMPRESA VIPUSA Y POLICÍA AL TOQUE ATRAPA A TRES

¡DE FRENTE A CHALLAPALCA!

Página 4

MAURO GARRIAZO FLORES (46) VÍCTIMA

JOSÉ CARLOS INCHAUSTEGUI (38) 'DIABLO'

MARCOS JHONNYEL ZAMBRANO (20) 'DUENDE'

GABRIEL ANDRADE VALERA (19) 'CACHORRO'

EN REDES PIDEN CADENA PERPETUA Y CONDUCTORES DESESPERADOS ANUNCIAN PARO EL PRÓXIMO MARTES

DELANTERO FERNANDO PACHECO A PUNTO DE FIRMAR

'MPACHÉ' SE ACERCA A ALIANZA

PÁGINA 11

NOMBRAN A CATHERIN PALOMINO PRESIDENTA DE COMISIÓN DE JUSTICIA

PREMIAN A 'VISITADORA' DE CASTILLO

PÁGINA 8

CELEBRAN DÍA MUNDIAL DE LAS PAPAS FRITAS

VAN CON EL POLLITO A LA BRASA Y LOMO SALTADO

PÁGINA 5

7 755767 006798

LA SEÑO MARÍA

PRIMEROS PUESTOS DE LA UNI SON UN EJEMPLO

Mi amigo, el fotógrafo Gary, llegó al restaurante por un seco de cabrito con frejoles y salsa criolla. Para tomar pidió una jarrita de anís tibio. **"María, tremenda historia la de los amigos Maikel Fabrizio Alejos Lapa (17) y Javier Reyes Zeballos (17), quienes ocuparon el primer y segundo lugar en el último examen de admisión a la Universidad Nacional de Ingeniería.** Ambos son amigos, estudiaron en el mismo colegio y además viven en El Agustino. Ellos compitieron con otros 5500 postulantes, y antes de aplicar a la UNI ya habían ingresado a otras universidades, como San Marcos, Agraria o la Católica. Maikel afirma que dedicaba más de doce horas del día al estudio y que ese esfuerzo le valió para lograr su objetivo. Ambos provienen de hogares humildes, pero honestos y esforzados. **Mientras muchos jóvenes de su edad están en las drogas, la delincuencia o la vagancia**, estos dos flamantes cachimbos son el orgullo de sus familias y se augura que serán grandes profesionales en unos años.

Los muchachos de todo el país deberían tomar el ejemplo de Maikel y Javier. Todo se logra con esfuerzo, dedicación y sacrificio. A comparación de despiadados delincuentes como 'El Monstruo', 'El Jorobado' o el tristemente famoso 'Maldito Cris', ambos adolescentes son gente valiosa que el país requiere. Esperamos que una vez que se gradúen, **el Estado les financie becas para especializarse en universidades extranjeras y vuelquen todos sus conocimientos** en beneficio del Perú. En los últimos años, nuestra juventud ha equivocado su camino y valores. Influenciados por las redes sociales, quieren el éxito de manera inmediata, ansían el auto de alta gama, los viajes, ropa de marca y diversión sin trabajar. Por eso algunos caen fácilmente en las redes de la prostitución, el sicariato o el narcotráfico. **El Estado debería fomentar que la familia vuelva a tener el control de la enseñanza de valores.** En Francia, por ejemplo, se ha prohibido el uso de redes sociales en menores de edad. Esa es una buena medida". Me voy, cuídense.

ENCUESTA

SÍ 35%
NO 65%

AYER
¿Cree que el país afrontará con éxito lo más duro que se viene del fenómeno El Niño?

HOY
¿Cree que Keiko Fujimori debe seguir haciendo sus tiktoks para comunicarse con los jóvenes?

RESPONDA EN TROME.COM

PALABRAS DEL ALMA

"¿Por qué se han puesto todos de acuerdo para elegir por unanimidad a la amiguita de Pedro Castillo (Catherin Palomino, como presidenta de la Comisión de Justicia en Diputados)? Es un papelón elegir a esta señorita por las virtudes que solamente Castillo conoce".

BETO ORTIZ
(PERIODISTA)

"¿Por qué saltarse la garrocha e ir de frente a la interpelación (del ministro Rafael Belaunde por parte de Juntos por el Perú)? Es casi una declaratoria de guerra, porque de la interpelación estamos casi en la frontera o a un paso de la censura".

WALTER GUTIÉRREZ
(EXDEFENSOR DEL PUEBLO)

DÓLAR 3.35 COMPRA 3.37 VENTA

EURO 3.90 COMPRA 3.98 VENTA

KARRY

EMERGENCIAS

Bomberos	116	Escuadrón verde	4276904
Emergencias	105	Luz del Sur	6175000
Defensa Civil	115	Sedapal	3178000
Essalud	4118000	Indecopi	2247777
Águilas Negras	3623277	Pluz Energía	5171717

trome

Editor General:
José Castillo Altez

Contenido elaborado por Empresa Editora El Comercio S.A.
Jr. Paracas N°530, Pueblo Libre, Lima21.
Teléfono: **311-6500.**
Fax: 311-6353.
Página web: **www.trome.com**
E-mail: **trome@trome.com**
Publicidad: **708-9999.**

Impreso en la Planta Pando de Empresa Editora El Comercio S.A. Jr. Paracas N°530, Pueblo Libre, Lima21.
Todos los derechos reservados. Prohibida su reproducción total o parcial. Hecho el
Depósito Legal en la Biblioteca Nacional del Perú N°2001-1992
Los artículos firmados y/o de opinión son de exclusiva responsabilidad de sus autores.

PEPITAS...

EL MEGA-NIÑO
Se viene un mega-Niño y nos coge prácticamente desnudos. Es la consecuencia de elegir mal. Primero Pedro Castillo, luego Dina, le siguió Jerí y finalmente Balcázar. Cada uno peor que el otro. No se ha hecho una sola obra y recién ahora se ponen las pilas. ¡No puede ser!

YA NO HAY TIEMPO
Ayer, Rudecindo Vega, expresidente de Sedapal, dijo que no hay tiempo para hacer obras de prevención, solo mitigar el impacto dañino del fenómeno El Niño. Le pidió a Keiko que declare en emergencia el sistema de agua y saneamiento en el país durante los cinco años de gestión. Asu...

RUDECINDO VEGA

REPITE PLATO
En 2018, el entonces presidente del IPD, Óscar Fernández, tuvo que renunciar por contratar como asesoras a tres amigas de su esposa. Pero el Gobierno lo ha vuelto a nombrar en el cargo, según resolución publicada en El Peruano. Asu...

MENOS MINISTERIOS
La burocracia se lleva la mayor parte del presupuesto nacional, pues los sucesivos gobiernos han llenado de empleados los ministerios y entes estatales. Por eso, el Gobierno alista una propuesta para reducir los ministerios de 19 a 13. Ayayay...

BONOS EN EL CONGRESO
Un escándalo es la noticia de que el expresidente del anterior Congreso, Fernando Rospigliosi, firmó un aumento automático del 15 % de sueldo a los trabajadores del Legislativo. Como esa plata no sale de su bolsillo, firma nomás. Ah, pero para otorgar becas a estudiantes universitarios no hay. Qué vergüenza...

TRANQUILA, PRESIDENTA
Se está viendo muy mal que la presidenta Keiko enmiende la plana o corrija públicamente a sus ministros. Lo hizo con Elmer Cuba respecto a las inundaciones en Villa El Salvador y antes con Rafael Rey y el caso del tren Lima-Chosica. Un poquito más de coordinación. Hmmm...

NO HAY CUADROS
¿Fuerza Popular no tiene cuadros profesionales? Es que no se entiende que hayan contratado a Jessica Tumi, excandidata a la vicepresidencia de César Acuña, como funcionaria de ese ministerio...

PEGALÓN EN EL BANQUILLO
El primer caso que verá la Comisión de Ética de la Cámara de Diputados será el del diputado Julián Pérez Mallqui (Juntos por el Perú), acusado de agredir a su expareja en una comisaría de San Miguel. Según dicen, no habrá 'blindaje político'. ¿Será verdad?...

LOS 'TUITS' DEL DÍA

@GuidoBellidoU
GUIDO BELLIDO UGARTE

Curwen, mi hermano, ponte fuerte. Todo pasa. Al final vuelves al punto inicial de antes de conocerla. Lo que no es para ti, no es (...) Finalmente, puedes hacer terapia con las canciones de Tony Rosado.

@rodolfolara_
RODOLFO LARA MUCHA

Sergio Ludeña no es más presidente del Instituto Peruano del Deporte. La fumigación en los albergues, estando los deportistas al interior, fue el detonante de la salida del cuestionado funcionario.

LLEGAMOS A MÁS DE 250 DESTINOS AL NORTE, CENTRO Y SUR DEL PERÚ

TURISMO RARAZ

20% DTO EN PASAJES, MARTES Y MIÉRCOLES

Promoción válida hasta el 31 de agosto del 2026 y/o agotar stock. Stock mínimo 10 pasajes. Se debe mostrar esta publicidad para participar. Válido solo para compras de pasajes en boletería del Gran Terminal Terrestre Plaza Norte. Aplica términos y condiciones.

La Merced

10% DTO POR TRAMO

Promoción válida hasta el 31 de agosto del 2026 y/o agotar stock. Stock mínimo 10 pasajes. Se debe mostrar esta publicidad para participar. Válido solo para compras de pasajes en boletería del Gran Terminal Terrestre Plaza Norte. Aplica términos y condiciones.

PLANIFIQUE SU PRÓXIMO VIAJE SIN SALIR DE CASA

Compre su pasaje y derecho de embarque en:

granterminalterrestre.pe

Y EMBARQUE DIRECTO

INFORMES: 410-6200 / 945 018 248 - 985 330 016

Síguenos en:

GRAN TERMINAL TERRESTRE Plaza Norte

UNO DE LOS ASESINOS SUBIÓ A VEHÍCULO DE VIPUSA Y LE DISPARÓ CUATRO VECES DELANTE DE PASAJEROS

VILLA EL SALVADOR

MATAN A OTRO CHOFER DE BUS Y CHAPAN A 3

- Policía hizo operativo y capturó a 'Diablo', 'Duende' y 'Cachorro'
- Piden que los manden a Challapalca

Dos horas después de que asesinaron a un chofer de la empresa de transporte Virgen de la Puerta S.A. (Vipusa), integrantes del brazo armado de la banda criminal 'Los Mexicanos' fueron capturados en su guarida, en Villa El Salvador.

A las 9 de la noche, un sicario de la mafia extorsionadora mató a tiros a Mauro Garriazo Flores (46) cuando conducía un bus de la línea A de Vipusa con pasajeros, en las avenidas Pacto Andino y 1 de Mayo.

El pistolero subió al vehículo como pasajero e hizo cuatro disparos. La víctima fue llevada al hospital María Auxiliadora, pero no sobrevivió.

El ómnibus no tenía el resguardo policial prometido como parte del Plan Escudo para frenar los ataques y extorsiones al sector transporte.

Tras el crimen y por acciones de inteligencia, detectives del Depincri Villa El Salvador obtuvieron la dirección de la vivienda donde se escondían los presuntos autores del asesinato, ocurrido dos horas antes.

A las 11 de la noche, los agentes, fusiles y pistolas en mano, irrumpieron en una casa entre las avenidas Separadora Industrial y César Vallejo, en la Asociación Agropecuaria Los Minkas. Allí arrestaron a José Carlos Incháustegui Quiroz (38), 'Diablo', cabecilla de la banda criminal; y a los venezolanos Marcos Jhonnyel Zambrano Maldonado (20), 'Duende', y Gabriel Alejandro Andrade Valera (19), 'Cachorro'. 'Diablo' tiene antecedentes por hurto, estafa y otros delitos.

En el frontis del inmueble estaba un mototaxi que habría sido usado en el mortal atentado a Vipusa.

En el predio, los investigadores encontraron una pistola abastecida con cinco balas, dos artefactos explosivos, seis celulares y drogas.

En redes, varios pedían 'mándenlos de por vida a Challapalca' y 'denles cadena perpetua'. (E. Cirilo)

LUGAR DONDE FUERON ATRAPADOS

ANUNCIAN PARO

En los teléfonos tenían mensajes extorsivos dirigidos a empresas de transporte y empresarios de Villa El Salvador.

Trabajadores de Vipusa dijeron que son extorsionados por la banda criminal 'Los Mexicanos'. Es el séptimo ataque a Vipusa.

Tras este nuevo crimen, la Unión Gremial de Lima y Callao anunció un paro total del transporte urbano para el próximo martes 25 de agosto. Señalan que la presidenta Keiko Fujimori no les concede una audiencia y el Gobierno no les responde a sus propuestas de seguridad. Indicaron que varias empresas de transporte harán el paro.

RELAX
FONOAVISOS
Anuncia llamando al (01) 708-9999

AUMENTA TU POTENCIA SEXUAL
- AUMENTO Y GROSOR DEL TAMAÑO DE PENE.
- ERECCIONES MÁS GRANDES Y FIRMES.
- POTENCIA DE PERMANENCIA MAS LARGA.
- IMPULSO SEXUAL Y LIBIDO RENOVADOS.

Formula Americana 100% natural, ahora en el Perú. Tenga una erección firme, mayor deseo, máxima duración, mayor volumen y grosor. Para hombres de 20 a 90 años.

958 373 104

TENÍAN PISTOLA Y MOTOS

Atrapan a padres y su hijo por extorsión

Padres e hijo fueron detenidos en Puente Piedra porque serían integrantes de una banda criminal que extorsionaba a choferes de la empresa de transporte público El Chino. Cayeron Freddy Víctor Albornoz Vergara (51), 'Chuky'; Norma Flavia Causo Arias (48), 'Norma'; y Aníbal Crisanto Albornoz Causo (20), 'Bambán', de 'Los Nuevos Chukys del Crimen'. Se les incautó una pistola y dos motos lineales. (E. Cirilo)

FRENTE A SU CASA

Lo matan delante de su esposa

GROVER CASTILLO (33)

Un padre de familia fue asesinado a balazos, delante de su esposa y en la puerta de su casa, en el Callao. Un sicario, en una moto lineal manejada por su cómplice, acribilló a Grover Brando Castillo Cusihualapa (33) cuando regresaba con su pareja a su vivienda en Bocanegra, tras haber dejado a su hijo en el colegio. Con heridas de bala en la cabeza, tórax y brazos, fue llevado al hospital Luis Negreiros, pero falleció. (E. Cirilo)

SON PARTE DE PLATOS PERUANOS EMBLEMÁTICOS COMO EL POLLO A LA BRASA, LOMO SALTADO O LA SALCHIPAPA

POLLO A LA BRASA

SEPA QUE...

- La papa es peruana, originaria de la región andina de Sudamérica, aunque el formato en bastones fritos surgió en Europa (Bélgica y Francia disputan su invención).
- Nutricionistas aconsejan evitar consumo excesivo (muy calórico) y poca sal.
- También se puede preparar chips u hojuelas, con la cáscara de la papa, gotitas de limón y otros, dijo el chef Rafael Piqueras, de Electrolux, y muestra la receta en https://www.instagram.com/p/C-wA-HIvuKe/

SALCHIPAPA

Lima es la segunda ciudad de Sudamérica que más las consume

RICAS Y CROCANTES

CELEBRAN DÍA MUNDIAL DE LAS PAPAS FRITAS

POR: ISABEL MEDINA

Crocantitas por fuera y suaves por dentro, las papas fritas conquistan paladares y son parte de platos en varias culturas. Perú lo sabe y disfruta. Mañana es el Día Mundial de las Papas Fritas, fecha que realza el consumo de lo que se ha convertido en uno de los acompañamientos más populares y versátiles de la gastronomía.

Así, están en platos emblemáticos como el pollo a la brasa, el lomo saltado, el mondonguito a la italiana y salchipapas.

Además, hay reportes que indican que Lima es la segunda ciudad de Latinoamérica con mayor consumo de papas fritas.

"Buenos Aires lidera el consumo y Lima las pide más que Santiago y Santa Cruz. En Perú, las ciudades con mayor volumen de pedidos de papas fritas son Lima, Arequipa, Trujillo y Chiclayo", señaló Bernardo Portugal, director comercial de PedidosYa en Perú.

Añadió que este producto también impulsa su demanda en algunas ocasiones. "En la final del Mundial de fútbol registramos el mayor número de pedidos de papas fritas de lo que va del 2026", refirió.

PREPARAR EN CASA

También hay salida de papa peruanita, canchán, yungay, huamantanga, entre otras, en el Gran Mercado Mayorista de Lima, mercados, supermercados y el comercio electrónico por delivery, para que cada hogar las prepare a su estilo.

La freidora de aire se ha vuelto electrodoméstico estrella para prepararlas en casa con menor uso de aceite.

LOMO SALTADO

MONDONGUITO A LA ITALIANA

HOMENAJE

Hacen video de León

Se está grabando el videoclip 'León, hermano del camino', himno homenaje al papa León XIV, quien visitará el Perú del 11 al 17 de noviembre.

El tema del músico Jaime Montoya es interpretado por el coro Aguchita.

El videoclip se registra en español, quechua y aimara; tiene locaciones en convento de Santo Domingo, Parque de las Leyendas, Chorrillos, Canta, y mostrará festividades religiosas y lugares de la costa, sierra y Amazonía.

PUEDEN ENFERMAR

Alertan por aguas empozadas de lluvias

Las lluvias, aniegos e inundaciones exponen a enfermar por el agua empozada (lodo, aguas servidas por colapso de desagües) y calor.

El Ministerio de Salud advierte: se pueden desencadenar o agravar infecciones y enfermedades dermatológicas y diarreicas y la leptospirosis (infección por contacto con agua o suelo contaminado con orina de roedores).

"La prevención no termina con la succión o secado del aniego. Al limpiar y retornar a casa procuren utilizar botas o calzado cerrado y proteger las manos. No estén en contacto directo con agua estancada y lodo, tengan especial cuidado con los niños", aconseja Patricia Paredes, directora médica de Pacífico Salud.

Se debe usar agua segura (hervida o clorada) para beber, cocinar y lavar alimentos; lavarse bien las manos antes de cocinar y de comer. (I.M.)

PARA INGRESAR

San Marcos aprueba puntajes diferenciados

La Universidad Nacional Mayor de San Marcos estableció puntajes mínimos diferenciados, que van entre 600 y 900 puntos, para el ingreso a sus 82 carreras profesionales del examen de admisión 2027-I, de los días 17, 18, 24 y 25 de octubre 2026.

El mínimo para ingreso a carreras de Ingeniería y Ciencias de la Salud será 900 puntos; para otras áreas académicas: 700 puntos; y para carreras en sedes de provincias: 600 puntos.

La medida fue aprobada en sesión del Consejo Universitario, que aprobó el Reglamento del Proceso de Admisión 2027-I.

Para postulantes de colegios públicos el monto a cancelar es 400 soles (código 9501), y para los de colegios privados 800 soles (código 9502). (I.M.)

GOBIERNO HIZO CAMBIO

Nuevo jefe del deporte

El Ministerio de Educación aceptó la renuncia de Sergio Ludeña al cargo de presidente del Instituto Peruano del Deporte (IPD). En su reemplazo, el Gobierno designó a Óscar Fernández Cáceres, exministro de Trabajo en los gobiernos de José Jerí y José María Balcázar.

Fernández ya estuvo al frente de la institución entre 2016 y 2018, y asume el reto de cara a la organización de los Juegos Panamericanos Lima 2027.

TROME TE REGALA PLATITA EN EFECTIVO, CON...

EL NUMERITO GANADOR trome

TODOS LOS DÍAS, INSCRIBE TU **"NUMERITO GANADOR"** POR **WHATSAPP** AL 920 322 729

GANADOR DE S/200 DEL DÍA 18/08/26
LAURA SINCHE
LIMA
2064425

¡SORTEO EN VIVO! FACEBOOK

Sorteos todos los días: 4:00 p.m. Términos y condiciones en promociones.trome.com/registro/el-numerito-ganador

1 PREMIO DE S/20,000 | 1 PREMIO DE S/5,000 | 10 PREMIOS DE S/1,000 | 660 PREMIOS DE S/100* | 669 PREMIOS DE S/50*

ASÍ SE GANA

- **Todos los lunes,** con el periódico, recibe gratis una cartilla.
- **A diario publicamos los cupones.** De lunes a viernes son seis, y sábados y domingos, ocho.
- **Para ganar debes completar** con los cupones una columna de cinco casilleros de una de las letras de BINGO.
- **Así, te llevas los 20 mil soles** de forma automática si llenas los recuadros de la letra B.
- **Los 5 mil soles** serán tuyos si rellenas la letra I.
- **Si completas** los espacios de la N, cobras 1000 soles.
- **Con la G** ganas 100 soles, y con la letra O son tuyos 50 soles.

*CON EL CHANCHITO DE LA SUERTE

¡LLUVIA DE PLATITA!

PUEDES LLEVARTE EL PREMIO MAYOR DE 20 MIL SOLES

*PARTICIPA CON TUS CARTILLAS

SE VIENE LA YAPITA

Conserva todas tus cartillas de El Chanchito de la Suerte porque también tiene Yapita.

¡Hay tremendos premios que puedes llevarte a casita para disfrutar con la familia!

Si quieres participar en los sorteos, anota tus datos personales en la parte posterior de los bingos y entrégalos a tu canillita de confianza o depositalos en las ánforas autorizadas.

Estas también están en el **jirón Paracas 530, Pueblo Libre, y en el local de El Comercio, jirón Lampa 643, Centro de Lima.**

¿Qué harías con 20 mil soles? Seguramente muchas cosas importantes. Pues ese es el premio mayor de El Chanchito de la Suerte, la promoción regalona que reparte más de 2300 premios.

También hay montos de hasta 1,000 y 5,000 soles.

Recorta los cupones que publicamos todos los días porque puedes llenarte de platita.

LUNES MÁS BINGOS

Y los lunes recibe gratis, al adquirir Trome, una cartilla del bingo. Como estas son diferentes, mientras más tengas, mayores serán tus chances de ganar.

BUSCA A TU CANILLITA

- **Para premios de 1000 soles o más debes llevar tu cartilla al jirón Paracas 530, en Pueblo Libre. Los martes y jueves de 10 de la mañana a 1 de la tarde. Y de 2 a 4 de la tarde.**
- **Si ganas 50 o 100 soles,** acércate a tu canillita más cercano para verificar y coordinar la entrega de tu dinero.

*DIVERTIDO

SÁBADO LLEGA EL GENIOTROME

Este sábado compra tu 'diario papá' tempranito antes de que se agote porque trae el Geniotrome, divertidos juegos para toda la familia que te harán pensar. Hay crucigrama, sopa de letras y más, con lo que pasarás momentos entretenidos y además podrás aprender. Estos retadores juegos contribuyen a la salud mental y mantienen el cerebro ágil, sobre todo de los adultos mayores.

SALUD

FONOAVISOS Grupo El Comercio — Llámanos al: (01)708-9999

SAN ISIDRO (01)410 8541 Av. Javier Prado Este 167
SANTA ANITA (01)543 9298 Av. Los Ruiseñores 476 Of. 501
LOS OLIVOS 945 693 762 Carlos Izaguirre 1182 -1er. piso
MIRAFLORES (01)696 6573 Calle Francisco de Paula Ugarriza 813 Ofic. 201 alt. cdra. 14 de 28 de Julio
SAN MIGUEL (01) 776 6785 Av. Elmer Faucett 188
S.J.LURIGANCHO (01)657 6821 Av. Pirámide del Sol 498 Urb. Zárate

TARAPOTO (042) 612 934 Jr. Bolognesi 242 (Entre Jr. Alegría Arias de Morey y Jr. Manuela Morey)
AYACUCHO (066) 282 697 Jr. Sucre N° 371 (Al costado del Colegio de Abogados y a media cuadra del Parque Calvario)
AREQUIPA (054) 299 977 Av. Ejército 107 Yanahuara
CHICLAYO (074) 222 114 Av. Santa Victoria 515
TRUJILLO 949 166 901 Jr Independencia 179 (Frente al Excomedor UNT)
CUSCO (084) 284 572 José Gabriel Cosio 107 Urb. Magisterio (Paradero Magisterio)
TACNA (052) 638 443 Calle Blondell 425
HUANCAYO (064) 410 954 Jr. Puno 166
JULIACA (051) 358282 Jr. Ricardo Palma 456
ICA 974 334 764 Calle Azháres Lt.8 Urb.San Isidro (alt. 12 Av. San Martín)
PIURA (073) 614 798 Andrés A. Cáceres 347 (frente grifo Mega)
CAJAMARCA 913 983 032 Jirón Sor Manuela Gil 390 (frente al Ministerio Público) (frente al parque Chabuca Granda)
CHIMBOTE (043) 693 172 Av. Argentina Urb. El Pacifico Mz. C-2, L-3, nuevo Chimbote - Santa Ancash

HALLAN RESTOS DE UNA PERSONA QUE HACE 1400 AÑOS HABRÍA SIDO UTILIZADA COMO OFRENDA HUMANA

POR: ISABEL MEDINA

Un importante hallazgo arqueológico se realizó en la huaca Pucllana (Miraflores) al ubicarse restos óseos de un adulto, probablemente hombre, de 1400 años de antigüedad, aproximadamente.

Este habría sido depositado como ofrenda en ceremonia de clausura de un canal subterráneo conectado a pozo ceremonial, antes de llegar a la pirámide.

"El contexto arqueológico correspondería a la cultura Lima. Ha sido fechado alrededor del año 650 d. C., tendría antigüedad aproximada de 1400 años", señaló el Ministerio de Cultura.

La arqueóloga Gladys Paz Flores, responsable de la excavación y del hallazgo, resaltó el potencial para comprender las antiguas ceremonias en esta huaca. "El hallazgo de esta ofrenda humana ha sido uno de los momentos más significativos de esta investigación en esta temporada" (realizan trabajos en esa zona desde el 2020).

El individuo fue encontrado extendido a lo largo del canal, orientado de norte a sur y apoyado en su lado izquierdo. El cráneo, dirigido hacia el oeste, con mirada a la pirámide y el mar.

CANTO RODADO

El Ministerio de Cultura resalta, además, la arquitectura del pozo ceremonial. "A diferencia de otras estructuras en huaca Pucllana, caracterizadas por uso de pequeños adobes de barro, este pozo fue construido con cantos rodados".

La huaca Pucllana ha sido visitada por famosos como Shakira (noviembre 2025), Laura Pausini (abril 2026) y hace una semana por la actriz ícono del cine de suspenso y terror, Lin Shaye.

*MIRAFLORES

HUACA PUCLLANA SORPRENDE AL MUNDO

SEPA QUE...

- La asociación entre el pozo, el canal subterráneo y la posible ofrenda humana refuerza el carácter ritual.
- Se hará estudios especializados en antropología física para determinar el sexo, edad y condiciones de salud al morir, y otros.

Famosos como Shakira y Laura Pausini han visitado el sitio arqueológico

*INSCRÍBETE FACILITO

EL NUMERITO GANADOR TE DA BILLETITO A DIARIO

Con El Numerito Ganador puedes llevarte platita como jugando. Todos los días hay un suertudo.

De lunes a sábado salen 200 soles, mientras que los domingos son 1500 soles.

Participar es sencillo, pues solo debes comprar Trome, ubicar el **'Código ganador'** en la portada y apuntarte en nuestro **WhatsApp 920-322-729.**

Si quieres más chances de ganar, anota todos los códigos que desees.

Guarda tus periódicos, pues si ganas deberás presentar el 'Código ganador'.

Los sorteos se realizan todos los días a partir de las 4 de la tarde y se transmiten en vivo por el Facebook de Trome.

SUERTUDA

Laura Sinche, de Lima, se lleva los 200 soles de ayer con el 'Código ganador' 2064425.

*IMPORTANTE LOGRO

Perú campeón de América en ajedrez

El Perú se coronó campeón continental del Campeonato Mundial Escolar por Equipos de Ajedrez, realizado del 11 al 16 de agosto en Costa Rica. En el podio le siguieron Estados Unidos y Canadá. Con ese logro, competirá como campeón de América en la final mundial.

La competencia tuvo a 29 selecciones de colegios de 25 países de América. La peruana estuvo representada por estudiantes del colegio Saco Oliveros (Marcos Meneses, Dante Vilca, Víctor Mendoza, Fabiana Jiménez e Irina Rojas). Irina Rojas brilló al ganar sus ocho partidas; y este año obtuvo medallas de oro y plata en Festival Panamericano de Ajedrez de la Juventud. (I.M.)

*ENTRÓ EN OPERACIONES

Buque 'Chimbote' enfrentará a El Niño malo

El buque de la Marina de Guerra 'Chimbote', tras ceremonia de bautizo, entrará en operaciones y reforzará al 'Talara', en labores de prevención frente al fenómeno El Niño. Por ejemplo: ayuda humanitaria a lugares donde la emergencia puede interrumpir las vías de comunicación terrestre.

Ambas naves fueron fabricadas en los astilleros del SIMA.

"Su capacidad para transportar carga, combustible, agua, víveres, vehículos y personal, permitirá fortalecer la capacidad logística de la Marina y ampliar la presencia del Estado", afirmó la presidenta Keiko Fujimori.

*LA CHOLA CHABUCA

trome TE LLEVA AL CIRCO

Gracias a Trome, puedes disfrutar con tu familia gratis en el circo de la Chola Chabuca. Cada semana sorteamos entradas.

Escanea el QR del aviso que publicamos los martes en el periódico. Luego, escribe tus datos personales y así quedarás inscrito en el sorteo.

Cada semana son ocho ganadores, cuyos nombres publicamos los sábados.

Ten presente que cada afortunado se lleva un pack de cinco entradas.

FUE ELEGIDA PRESIDENTA DE LA COMISIÓN DE JUSTICIA EN LA CÁMARA DE DIPUTADOS

CATHERIN PALOMINO

PREMIAN A 'VISITADORA' DE PEDRO CASTILLO

Ha ido más de 60 veces a Barbadillo para reunirse con el golpista

Catherin Palomino, a quien se le vincula sentimentalmente con el expresidente Pedro Castillo, fue elegida por unanimidad como presidenta de la Comisión de Justicia de la Cámara de Diputados.

La parlamentaria de Juntos por el Perú, quien ha visitado más de 60 veces al exmandatario en el penal de Barbadillo, informó la elección en su cuenta de X y señaló que asumirá la responsabilidad para fortalecer la defensa de los derechos humanos y promover la justicia independiente.

"Asumo esta responsabilidad con firmeza y compromiso, convencida de que la justicia debe estar al servicio de todos los peruanos", afirmó.

Indicó que su gestión buscará contribuir a un trabajo orientado a la descentralización y la igualdad.

Ese grupo de trabajo se encargará de abordar iniciativas legislativas y asuntos vinculados con la administración de justicia y la protección de los derechos humanos.

El cargo de vicepresidente fue asumido por el diputado Edgar Gonzales Polar (bancada Partido del Buen Gobierno) y la secretaría recayó en la diputada Indira Isabel Huilca Flores (bancada Ahora Nación).

DIVISIÓN

Tras conocerse la noticia, Cecilia Chacón, vocera de diputados de Fuerza Popular, dijo que Juntos por el Perú deberá explicar la razón de la elección de Palomino en tan importante cargo.

"Es única decisión de JP, no opino si era la mejor opción. Muchos en esa bancada no están de acuerdo y no se les ha consultado", aseveró.

A su turno, el diputado Diego Bazán advirtió un eventual 'conflicto de intereses por el caso de Pedro Castillo'.

"Es la persona que se jactaba de ser la mujer de Pedro Castillo. ¿A esa persona la ponen en la Comisión de Justicia, es lo mejor que puede poner JP en ese grupo de trabajo?". AUGUSTO ÁLVAREZ RODRICH (PERIODISTA)

DICE QUE ESTÁN OBTENIENDO LOGROS

Ministro ratifica a los mandos de la Policía

En una decisión controvertida, el ministro del Interior, César Astudillo, ratificó en sus puestos al comandante general de la Policía, Óscar Arriola, y a otros altos mandos, pese a los escasos logros en la lucha contra el hampa.

CÉSAR ASTUDILLO

"Mientras sigamos trabajando y teniendo resultados van a continuar. No nos hagamos tantas reflexiones, van a continuar mientras tengan esa misión de trabajar y tener los resultados que tenemos hasta ahora", expresó.

Sobre el reciente asesinato del chofer de un bus de la empresa Vipusa, Astudillo reconoció que se debe mejorar las estrategias de la Policía, que son 'perfectibles'.

"Vamos a actuar mejor, con mejor tecnología. De acá vamos a reevaluar los planes con todos los generales. Hay tecnología que está viniendo, que sacamos de otros sitios, nos apoya la DINI y la estamos empleando", indicó.

CONGRESISTAS

Piden reducir ministerios

Diversos congresistas se manifestaron a favor de reducir el número de ministerios en el Perú.

La diputada de Renovación Popular, Roxana Rocha, pidió que el Ministerio del Ambiente se integre a Energía y Minas, y la Mujer podría ser incorporado al Ministerio de Inclusión Social.

ROXANA ROCHA

En tanto, Jaime Delgado (Ahora Nación) sugirió armonizar mejor los sectores productivos o de infraestructura sin eliminar carteras claves.

ES LÍDER DE COMANDO PRIVADO

Neuhaus contra fenómeno El Niño

Para enfrentar las graves consecuencias del fenómeno El Niño, Carlos Neuhaus fue nombrado como líder del Comando del sector privado que enfrentará este problema.

Neuhaus precisó que su equipo priorizará el apoyo a la población que podría verse afectada por El Niño durante los próximos meses. Enfatizó que realizarán todos los esfuerzos para evitar que las actividades económicas y el normal desplazamiento de la población se vean perjudicados.

CARLOS NEUHAUS

"El objetivo es salvar vidas y, ojalá, que la economía y lo demás no se detengan. Que la gente pueda transitar sin problemas. El Gobierno lo tiene bien claro", aseguró.

Y DISCREPA CON MINISTRO DE JUSTICIA

Beingolea dice 'Colegio de Artistas no va'

El ministro de Cultura, Alberto Beingolea, dijo que apoyará la derogación de la ley que crea el Colegio de Artistas Profesionales.

"Conversé con varios legisladores y va a haber unanimidad. El gremio de artistas debería sentirse tranquilo", afirmó junto a los artistas Ismael La Rosa, Toño Jáuregui, Julie Freundt y Deyvis Orosco.

ALBERTO BEINGOLEA

"Hay unanimidad al respecto. Esta ley tiene los días contados, seguro será derogada muy pronto", añadió.

En tanto, Beingolea discrepó con su colega de Justicia, Ernesto Álvarez, quien planteó que el Lugar de la Memoria (LUM) pase a su sector. Dijo que su cartera tiene la administración de los museos del país y respeta la propuesta de Álvarez.

*CHINA

Robot es más veloz que Usain Bolt

Científicos chinos desarrollaron un robot capaz de superar en velocidad a Usain Bolt. Un video muestra al prototipo, apodado 'Superman', alcanzando velocidades de 12,66 metros por segundo (28,3 mph) mientras corre a lo largo de una pista. El campeón de velocidad Usain Bolt alcanzó los 12,42 metros por segundo (27,78 mph) cuando estableció el récord mundial en el Campeonato Mundial de Atletismo de 2009.
El robot fue diseñado por Unitree, una empresa china de robótica.

*POLONIA

Hacen estatua gigante de la Virgen María

La estatua de la Virgen María más alta de Europa, de 55 metros, fue inaugurada en el pueblo de Konotopie, de 150 habitantes. Tras la misa, helicópteros esparcieron rosas rojas sobre la gente. El monumento costó 22 millones de dólares, tardó 18 meses en construirse y es más alto que el Cristo Redentor en Río de Janeiro.

*EE. UU.

Demolerán réplica de la Casa Blanca

Los residentes de un pueblo de Illinois están indignados, pues una réplica de la Casa Blanca de 123 años de antigüedad, llamada Castillo Edén, será demolida después de que sus propietarios decidieran no emprender costosas renovaciones.
Suzanne Valliere, de 60 años, quien vivió en Darien, Chicago, toda su vida, declaró al Chicago Tribune: "Creo que muchos residentes locales están molestos".
Este emblemático edificio, construido en 1903, es una réplica a escala 1:10 de la Casa Blanca.

SENAMHI REPORTA AUMENTO DE TEMPERATURA Y FUERTES PRECIPITACIONES EL PRÓXIMO AÑO

CHILE

En la zona de Antofagasta, Chile, un aluvión proveniente de la cordillera arrastró decenas de vehículos y arrasó decenas de viviendas. Se reportó un fallecido y las carreteras quedaron bloqueadas, además de originarse el corte en el suministro de agua y luz.

*EN TODO EL PAÍS

NIÑO MALO GOLPEA CON LLUVIAS, VIENTOS Y FUERTE CALOR

En Chile, huaico se lleva decenas de carros y casas

Las consecuencias del fenómeno El Niño se están sintiendo con fuerza en el país. Encima, el verano de 2027 podría llegar con una combinación que preocupa: lluvias por encima de lo normal y temperaturas más altas de lo habitual en gran parte del país.
El Senamhi señaló que entre enero y marzo del próximo año se prevén lluvias superiores a lo normal en Tumbes, Piura, Lambayeque y La Libertad. Asimismo, las temperaturas máximas estarán por encima de lo normal.
Por lo pronto, en Lima, la intensa llovizna que cayó el domingo dejó a 63 familias afectadas por inundación de sus casas y 298 damnificadas. También 13 colegios afectados. Las clases presenciales se retomarán el lunes 24.
Se anunció que hoy y mañana, a lo largo de la costa peruana, se incrementará la velocidad del viento.
Ayer, Tacna soportó un fuerte temporal que dejó casas sin techos, estructuras arrancadas, paneles publicitarios en el suelo y árboles arrancados.
Persiste un bloqueo en la vía Costanera, que conecta Tacna con Ilo. Un tramo, a la altura del kilómetro 120 en Ilo, colapsó por la activación de huaicos.
Una camioneta intentó atravesar el tramo afectado, pero terminó siendo arrastrada por el alud. Sus ocupantes salieron de la unidad a tiempo. Una mujer murió al resbalarse en el lodo en Arequipa.

*FRUSTRAN ROBO DE CAMIONETA

Policía y ladrón heridos en tiroteo

En balacera, un detective y un ladrón fueron heridos y un adolescente quedó retenido en el frustrado robo de una camioneta en Villa María del Triunfo. Fabricio Adrián Guerrero Gonzales (20), 'Paco', y 'Benji', de 17 años, de 'Los Furiosos del Sur', dispararon a los agentes de la División Antirrobos, en la avenida 27 de Diciembre.

En el tiroteo, 'Paco' fue herido y el suboficial PNP Jhordan

DETENIDO

Torres Fernández recibió un tiro en el tórax. Los delincuentes, provistos de pistolas, estaban robando un Kia Sportage, a cuyo dueño lo amenazaron de muerte. (E. Cirilo)

*EN COMAS

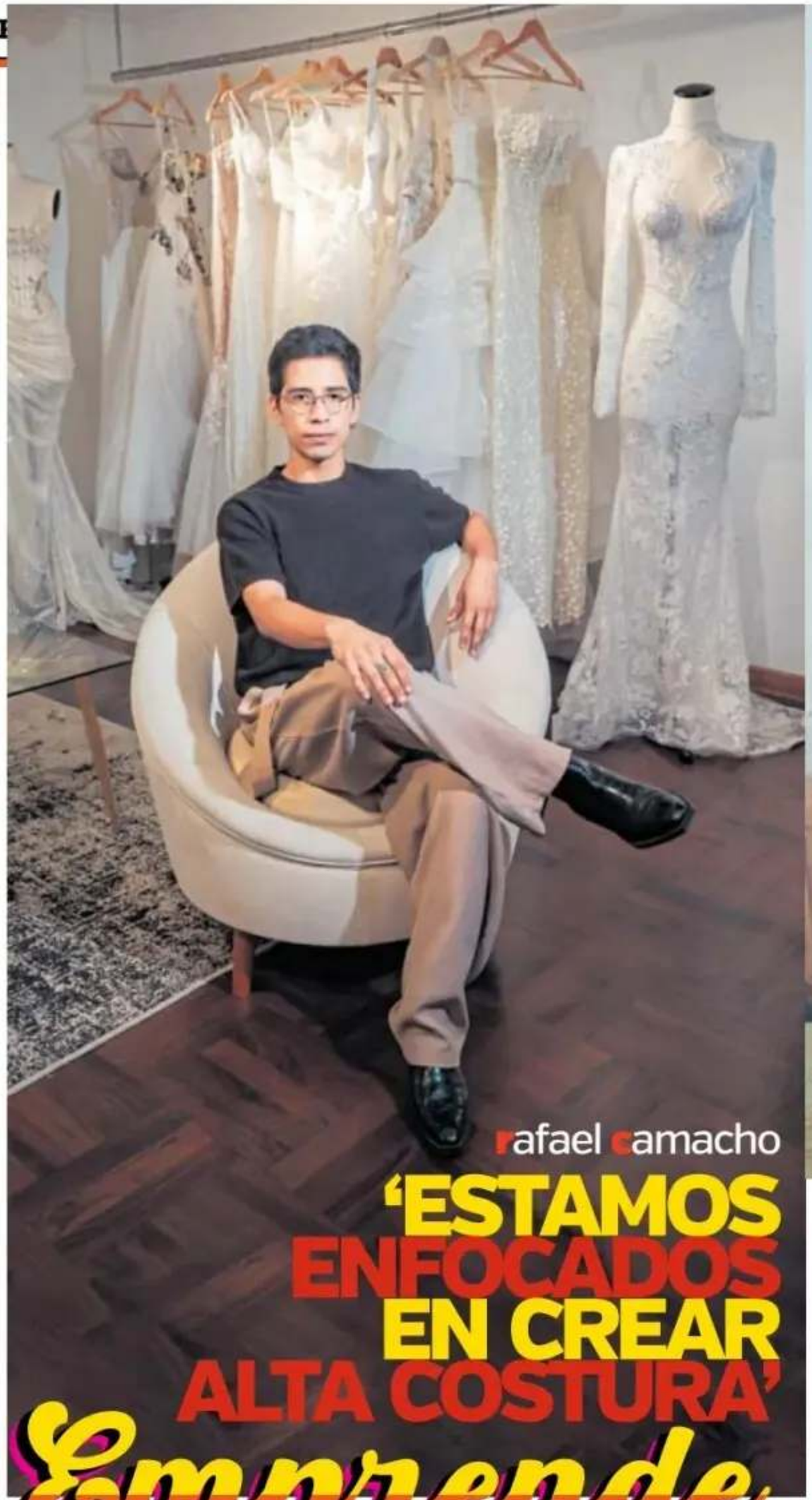
Disparan a miniván y chofer salva de morir

Sicarios en moto de una mafia de extorsionadores dispararon contra una miniván y el chofer milagrosamente se salvó de morir, en Comas.
Fue en la avenida Túpac Amaru, cerca del hospital Sergio Bernales de Collique.
Antes de huir, los delincuentes dejaron un manuscrito extorsivo firmado por el 'Primer Comando de Lima'. (ECF).

*IQUITOS

Balean al coronel Juan Carlos Montúfar

Herido de bala quedó el coronel Juan Carlos Montúfar, jefe de la División de Investigación de Asuntos Sociales, en un operativo contra traficantes de terrenos, en Iquitos.
El general Óscar Arriola dijo que Montúfar fue impactado 'por proyectil de arma de fuego' en el sector de Santo Tomás, San Juan Bautista, para recuperar un terreno invadido.



rafael camacho

'ESTAMOS ENFOCADOS EN CREAR ALTA COSTURA'

Emprende

trome

IG: @katty.gines
Twitter: @ktyGines

POR: KATTY GINES

FOTOS: JOEL ALONZO

Desde niño, Rafael Camacho encontró en el dibujo una forma de expresar su creatividad y, con el tiempo, convirtió esa pasión en su profesión. El joven diseñador lleva cinco años en el mercado y ha construido una propuesta especializada en vestidos de novia. Su talento lo llevó a ganar una pasantía en Trome Fashion junto al reconocido diseñador Sergio Dávila, experiencia que le permitió conocer de cerca el mundo de la moda internacional. Incluso, una de sus prendas fue incluida en una colección presentada en la Semana de la Moda de Nueva York. Hoy, participa en importantes pasarelas y busca consolidarse como uno de los grandes referentes de su rubro.

Rafael, cuentas que desde niño te gustaba mucho dibujar, ¿cuándo despertó tu gusto por el diseño de modas?

Todo nació con el dibujo, que fue el punto de partida, y ahora hago realidad esas ideas. Me gusta construir las prendas e involucrarme en todo el proceso creativo y en la elaboración de cada pieza que hacemos en el taller.

¿Qué ha sido lo más difícil en todo este camino que tienes como diseñador?

La constancia, porque uno puede ser muy creativo y tener muchas ideas, pero tiene que ser disciplinado y constante para hacerlas realidad.

Me comentabas que estudiaste diseño de modas y participaste en Trome Fashion, ¿qué vino después de esta experiencia?

Con Trome Fashion gané una pasantía con el diseñador Sergio Dávila y él hizo que diseñara unas camisas para su colección para la Semana de la Moda de Nueva York. Como aprendizaje, me enamoré de la moda a nivel mundial porque con él tuvimos una ventana hacia ese mundo. También consolidé lo que quería hacer y dentro del rubro de novias.

¿Qué le falta a la moda peruana para que todo el mundo hable de ella?

Dejar de seguir tendencias y tener un punto de vista más coherente y único sobre la moda. Cuando uno se quiere vestir o quiere influenciar a un gran público, debe saber cuál es su gusto genuino y no solo seguir marcas.

¿Quién es tu referente en el mundo de la moda?

La marca Dior. Me gusta su estilo de diseño y cómo crea siluetas femeninas y atemporales.

Te he visto en pasarelas en Perú, ¿cómo haces para promocionarte?

Estamos cinco años en el mercado y todo ha sido a punta de recomendaciones. Las organizadoras de bodas y las clientas han recomendado por el boca en boca y eso ha sido satisfactorio, porque hemos llegado a vestir a personajes importantes en un rubro tan competitivo.

¿Cuál es tu diferencial frente a las varias marcas que hay en el mercado?

No me gusta uniformar a mis clientas. Siento que cada una de ellas debe irse con algo genuino, que se sienta segura de que está invirtiendo en un vestido especial. Estamos enfocados en crear alta costura.

¿Cuáles son los meses de mayor demanda?

Siempre estamos en movimiento en el taller porque armamos colecciones y piezas nuevas. Esta es una reinvención constante. Muchas novias se están casando en noviembre y, con un año de anticipación, vienen para ver su vestido.

Tuviste experiencia en otros trabajos, ¿cómo los aplicas actualmente en tu marca?

Pasé por ventas, elaboración de patrones y confección. Me gusta hacer las muestras, la confección, los bordados y las piezas iniciales, y luego el equipo las replica. Disfruto mucho el proceso de hacer una prenda desde cero.

De niño, tu estatura te generó un poco de desconfianza. ¿Cómo fortaleciste tu seguridad como diseñador?

Era un niño de talla grande y no estaba conforme con la ropa que me vestían. Me generaba frustración y falta de confianza. Pero, al descubrir la moda, me di cuenta de que la ropa podía ser como un escudo que te da confianza para afrontar distintas situaciones. En mi carrera, eso me alimenta como diseñador.

CORTITA

Si viene un joven y quiere poner un negocio, ¿qué le recomendarías?

Primero, que nunca se canse de aprender. Segundo, que sea constante y coherente con sus sueños. Tercero, que procure su tranquilidad y su integridad en todos los aspectos. Si necesita asumir deudas por el proyecto, debe evaluar bien sus decisiones, darse un respiro y entender que todo tiene su tiempo.

- POR SU TALENTO **GANÓ UNA PASANTÍA EN TROME FASHION** Y HOY DISEÑA Y ELABORA LOS **MÁS ESPECIALES** VESTIDOS DE **NOVIA**
- SEÑALA QUE HAY QUE SER **DISCIPLINADO** Y CONSTANTE PARA HACER **REALIDAD LAS IDEAS**

KYLIAN MPACHÉ

Alianza Lima a punto de reforzar su ataque con delantero que firmaría por todo el Clausura

El profesor tiene la última palabra. Alianza Lima desea reforzar su ataque y como el libro de pases ya se cerró, solo tiene la oportunidad de traer a su plantel jugadores que se encuentren libres, que no hayan jugado por otro club en el Clausura. Ante esta situación, los dirigentes recibieron la información de que Fernando Pacheco, ex Sporting Cristal, se encuentra sin equipo después de haber defendido al Ironi Kiryat Shmona de Israel, hasta mayo, donde jugó 492 minutos en los once partidos.
El primer encuentro entre los agentes del futbolista y los directivos aliancistas fue sobre ruedas. La parte económica entre ambas partes es casi la misma y por tal razón ya empiezan a redactar su contrato, pero aún no se lo presentan para que firme porque el técnico Pablo Guede ha pedido primero conversar con el popular 'Mpaché' y expresarle lo que busca en cada jugador a su mando. Aunque lo principal que estaría averiguando el DT sería todo sobre la vida personal de Pacheco y no desea tener sorpresas que luego podrían convertirse en molestias. La respuesta definitiva se dará esta mañana y todo indica que habrá un nuevo aliancista en Matute.

DATAZOS

EN LA OCTAVA FECHA del Clausura, Alianza visitará a Juan Pablo II en el complejo de Chongoyape.

Siempre voy a estar con el grupo, trabajando día a día y apoyando. Hay que ser buena persona y estar del lado de Dios".
Paolo Guerrero, delantero de Alianza

EN PRÓXIMOS DÍAS SE DEFINE SI SE QUEDA O SE VA DE MATUTE

LA REBELIÓN DE KEVIN

En modo rebelión. Kevin Quevedo parece no tener intenciones de reunirse y conversar con el técnico Pablo Guede para que reconsidere su decisión de no tomarlo en cuenta. El argentino lo ha mandado a trabajar aparte de sus compañeros y algunos directivos le han pedido al jugador que se acerque el entrenador y pida una nueva oportunidad.
La respuesta del futbolista habría sido negativa. Según testigos, lo que complicaría más su situación es que trabaja con el equipo, pero en su molestia se estaría yendo antes del tiempo señalado. Lo cierto es que se anuncia una reunión del representante del extremo con los dirigentes. El agente ha pedido unos días para poder reunirse con su representado y saber si desea seguir en Matute o irse a otro club.

PISA PELOTA

POR: EL BOMBARDERO

DEL SAQUE somos carnecita... **YA ME CONTARON** que el que lleva y trae en un club grande de la capital es un extranjero que se arregló la ñata, vive más de 25 años en el país y aún no habla bien el castellano. Dicen que todo buenito se acerca a conversar con los jugadores y si escucha algún maleteo a cualquiera de los de arriba va y les avisa al toque. Las malas lenguas aseguran que ese patita es de cuidado, porque hasta le jugó sucio a su compatriota que llegó para hacer goles y se fue porque era recontramalo. Con razón lo tienen dirigiendo en menores, pese a que nunca ha sacado a ningún prospecto de estrella. Ayayayyyyy... **ME DATEAN** que ese chocolatero que tiene una pelea de gatos en la cabeza estuvo el último fin de semana en Satipo. Fue a jugar un campeonato de exhibición y cobró muy bien. El muchacho pidió seis lucas 'cholas' y como el dueño del equipo tiene plata para regalar le dio su gustito, encima lo premió con una amiguita para que fuera su guía personal en la ciudad. El pelotero jugó su pichanga y cuando acabó el partido, se jugó un suplementario y marcó varios goles. Curuju... **LA MARCA** que viste al 'Equipo de todos' está ahorrando al máximo. Como es la misma que le pone la ropa a un grande de Argentina hizo dos por uno. Diseñó el uniforme del club extranjero, fabricó hartas camisetas y a unas les puso el escudo del club gaucho. Quéeeee... **HAY UN RUN RUN** que el nuevo mandamás de nuestro deporte ya estuvo en el cargo, pero tuvo un rochesazo porque decían que le gustaba contratar a las amigas de su patrona. Parece que es pisado y para quedar bien con la doña lleva gente que ella le recomienda. Noooooooo... **CUIDADO QUE LA GENTE** está volando en el primer puerto. Esa resta de puntos lo puso en la mira al michi michi que la pega de administrador. Guarda que ahí la gente avanza. Sería bueno que el tío dé la cara... Me voy, soy fuga.

LA MÁSCARA DEL GOL

Gianluca Lapadula volvería a usar protector facial ante golpes en la nariz que recibe de rivales

La sonrisa va acompañada de dolor. Gianluca Lapadula parece ser el goleador que tanto esperaba el hincha de Universitario, lleva tres goles y eso entusiasma, pero eso ha llevado a que sea tratado con rudeza por los rivales. El delantero tendría decidido desempolvar la máscara que lo protegía de golpes y posibles fracturas.

En el último encuentro ante FC Cajamarca, el defensa Alejandro Pósito le golpeó en la nariz y lo dejó sentido. Su tabique es una de las partes que más ha sido afectada en los últimos años, ha sido sometido hasta a cinco cirugías y por tal razón es que siempre que es golpeado exige una revisión minuciosa. El departamento médico del club ha preferido esperar los próximos días para saber si efectivamente vuelve el 'Enmascarado' o si no es necesario. De otro lado, se supo que el técnico Héctor Cúper y Edison Flores tuvieron una reunión y eso significaría que el popular 'Orejitas' tendría minutos ante Los Chankas.

DATAZO

PARA EL DUELO ante Los Chankas, Universitario ya agotó los boletos de las tribunas norte y sur.

Que el hincha crema nos siga acompañando, es fundamental para alcanzar el objetivo. Su aliento nos compromete a hacer las cosas cada vez mejor".

Williams Riveros, defensa de la 'U'

CIENCIANO PROHÍBE QUE FUTBOLISTAS SALGAN DE HOTEL BRASILEÑO

PRIMERO JUEGO, LUEGO RÍO

Río de Janeiro.- Las órdenes en la delegación del Cienciano fueron claras: descanso total y cero paseos alrededor del hotel Windsor, lugar de la concentración, por motivos de seguridad. Es que se prevé que los barristas de Botafogo revienten fuegos artificiales para no dejar dormir al 'Papá', que se alista para la revancha de mañana, tras el 6-1 de la ida en octavos de la Sudamericana. El equipo cusqueño entrena hoy en el predio de Fluminense y se anuncia el regreso del delantero Carlos Garcés y el volante Santiago Arias. En el 'Fogao', los hinchas amenazaron al plantel por los malos resultados y despidieron al técnico Franclim Carvalho a 48 horas del partido.

PONEN COACH MOTIVACIONAL A MAXLOREN PARA SUBA SU NIVEL

¡A VOLA JOVEN!

Tiene que creérsela Maxloren Castro ya no es titular indiscutible Sporting Cristal y su jue es calificado como buen pero en el interior del cl piensan que debe rendi mucho más. Entienden que necesita una nueva motivación para benefic del equipo y del suyo pr ya que elevando su nive podrá emigrar al exterio Asumiendo que necesit fortalecer su mente, el comando técnico ha de que el coach del club re un trabajo motivacional para que sus aspiracion apunten siempre a ser u mejor futbolista y mostr ese juego impredecible que amenazó cuando d como profesional. Todo en su cabeza y luego en pies.

QUE

R,

a.
a
e en
go
no;
ub
r

cio
ropio.
el
or.
a

cidido
alice

es
un
rar
con el
ebutó
estará
n sus

HAZ TU AGOSTO CON

REGALAMOS MÁS DE S/185 MIL EN PREMIOS

EL CHANCHITO DE LA SUERTE trome

ESTE LUNES 24 DE AGOSTO

RECLAMA TU PENÚLTIMA CARTILLA

EMPRESA EDITORA EL COMERCIO S.A. RUC 20143229816

***PERUANO MARCÓ GOLAZO CON BAYERN MÚNICH**

TREMENDO CHAVETAZO

Heidenheim.- Chico maravilla. Felipe Chávez, volante con ascendencia peruana, anotó un verdadero golazo de tiro libre con Bayern Múnich, que cerró sus amistosos de pretemporada ganando 4-2 al Heidenheim. El peruano marcó a los 25' y puso el 1-1. El técnico Vincent Kompany alineó un equipo alterno para darles movimiento a los jugadores que pelean un puesto y Chávez aprovechó la ocasión. Los bávaros quedaron listos para el choque del sábado ante Dortmund por la Supercopa Alemana.

Barcelona presentó a volante Rodri como 'el maestro' y con contrato hasta 2030

FÚTBOL ELEGANTE

Barcelona.- Tiza, mota y conocimiento. Barcelona está listo para dar clases de fútbol y para ello presentó al que considera el mejor docente: Rodri, que será el octavo integrante de la selección española en el club. El mediocampista campeón del mundo posó por primera vez con la elástica del cuadro 'culé', que lo describió como 'el maestro del espacio-tiempo' y le hizo un contrato hasta el 2030.

"El fútbol no es solo velocidad. Es ritmo. Saber cuándo esperar, cuándo moverse y cuándo un toque... lo cambia todo. Algunos siguen el tempo. Uno lo marca", describió un video del 'Barza' a Rodri. El jugador, por el que pagaron 75 millones de euros, dejó Manchester City luego de siete años (trece títulos) y rechazó propuestas del Real Madrid y PSG. "El Barcelona siempre ha sido un referente mundial para mí, por su comprensión del fútbol y sus valores. Es cierto que tenía otra oferta, pero el 'Barza' era mi primera opción y así se lo dije a la directiva", comentó el español. Rodri llevará su conocida camiseta '16', que fue cedida por Fermín López. quien ahora portará el dorsal 7 tras la marcha de Ferran Torres al PSG.

DATAZOS

RODRI TENDRÁ su primera aparición pública hoy en el Trofeo Joan Gamper ante Al-Ahly de Egipto (1:00 p. m.).

CON LIONEL MESSI, Inter Miami visita hoy a Philadelphia Union en la MLS (6:30 p. m./Apple TV).

MEMPHIS DEPAY le costará un total de 26 millones de dólares a Corinthians por dos años de renovación.

TRIBUTO AL AMOR

La marca Gucci, que vistió a Cristiano Ronaldo y Georgina Rodríguez en su boda, empezó a vender cientos de modelos de la ropa que usó la pareja en tributo a que, en el 2016, Georgina trabajaba como asistente de ventas en una exclusiva boutique de Gucci en Madrid y allí empezó su historia de amor.

CHICAGO ON FIRE

La camiseta que Michael Jordan usó en el tercer partido de las finales de la NBA 1998 saldrá a subasta y se estima que se venda en más de 10 millones de dólares. La elástica pertenece al último título de la estrella con los Chicago Bulls en la temporada conocida como 'The Last Dance'.

NO THIAGO CASO

Neymar le envió un duro mensaje a Thiago Mendes, jugador del Vasco da Gama que le negó el saludo en un partido ante Santos y que en Francia lo lesionó cuando jugaba en PSG. "No me importa mucho ese tipo. Para mí es un don nadie. En 2020, me rompió el tobillo, creo que a propósito", comentó.

Múnich.- Si hay un motivo de preocupación en Bayern son los dos desmayos que ha sufrido su figura, Jamal Musiala. El atacante alemán se desplomó ante Leipzig, el pasado domingo, y ayer contra Heidenheim se desmayó minutos después de haber ingresado en el complemento y tuvo que ser reemplazado. "Me han diagnosticado crisis de ausencia temporales, breves, pero fácilmente tratables que se deben a una disfunción neurológica", explicó. Musiala podría seguir jugando, pero será sometido a exámenes al sistema nervioso.

MUSIALA VOLVIÓ A DESMAYARSE POR PROBLEMAS NEUROLÓGICOS

JAMAL DE LA CABEZA

GUARDIOLA EXPLICÓ LA CAUSA DE SU DIVORCIO

DIARIO DE UNA PASIÓN

Manchester.- Pep Guardiola y Cristina Serra decidieron separarse, luego de treinta años juntos –diez de ellos casados– y por primera vez el extécnico de Manchester City se refirió al tema. En el documental de Prime Video, 'A Beautiful Obsession' (Una hermosa obsesión), que hace un recorrido por su paso en el club inglés, el DT dejó en claro que "a veces el amor no es suficiente". "Ella fue la mujer más importante de mi vida. Yo todavía la amo y creo que ese cariño sigue. Simplemente, esa llama que nos hacía darlo todo el uno por el otro ya no arde como antes. La pasión la perdimos", contó el español.

SERVICIOS PERSONALES
FONOAVISOS Llámanos al: (01) 708-9999

TUPAC Km.17 PDERO CASA BLANCA 987007550
PUENTE PIEDRA Paradero Puente Arica 933920146
OVALO PUENTE PIEDRA 901697630
CANTA CALLAO 929100347
UNIVERSITARIA C.Marañon 902400640
Est.SAN CARLOS-SJL 963448436
Est.CAJA D.AGUA-SJL 935571104
LINCE 998196744
SANTA ANITA 928039755
Ov.HUANDOY 991061883
Pte.NUEVO 962793098
RETABLO 931499367
P.PIEDRA-Av.B.LEGUIA 906496264
7.CHIMU-SJL 995615430
UNIVERSITARIA C.MAYOLO Paradero 70 966729653
7.CHIMU-SJL 900009681
Est.CAJA D.AGUA-SJL 989397897
CANADA c/SAN LUIS 979261437
PUENTE PIEDRA Av.LECAROS c/COPACABANA 907307187
SJM BILINGURTH 937331772
VMT 915226351
SJL SAN CARLOS Av. 15 Enero cd.26 982177984
COMAS TRAPICHE 967536809
IZAGUIRRE Paradero 5 933116263
CHORRILLOS CIELO 984358245
Av.CANADA 900392876
32 Av.Peru 993362395
Av.CANADA c/CIRCUNVALACION 946577098

PUENTE PIEDRA Paradero Cementerio 901123556
CARABAYLLO TUPAC Km.17 PDERO CASA BLANCA 998222026
SJL Av.Sta Rosa - Av.San Martin 957567007
VENTANILLA Pdro.CENTRO 981732427
PTE.PIEDRA COPACABANA Pta.7 925655610
CARABAYLLO Paradero Pollo 923968483
PTE.PIEDRA Paradero Norteño 934766876
UNIVERSITARIA c/NARANJAL 943723458
VENTANILLA PACHACUTEC 925704110
PUENTE PIEDRA Paradero NORTEÑO 910810371
TUPAC CHIMPU OCLLO 930552262
COMAS M.SANTA LUZMILA 910915040
HUAYCAN Ovalo Sta.Rosa 929960822 938703470
COMAS MEXICO c/UNIVERSITARIA 916926595
TUPAC Km.17 Pdero.Vera Escalera de la Flor 941966084
AVIACION-Leoncio 993921790
P.PIEDRA-Av.C.REAL 908652695
42.Av.PERU-QUILCA 923170741
Pte.NUEVO-LA FIEL 930580621
TOMAS VALLE 978514783
10.CANTO GRANDE-SJL 935241669
Pte.NUEVO-La Riel 983810549
SJL Paradero SAN MARTIN 962275439
CANADA 923318117
TUPAC-S.FELIPE 937642145
BAYOVAR-SJL 940322015
Ov.SANTA ANITA 907867418
OVALO PUENTE PIEDRA 945638142
AV.CANTA CALLAO c/Paradero SANTA ROSA 974359790
LOS OLIVOS NARANJAL AV. GERARDO UNGER Cdra.50 927335391
Dominicos 928081238
14 RIVAGUERO 900191906
SJM Prolongación P.Miotta cdra.7 964178966
BAYOVAR SJL Parad. FARMACIA 932420250
SJM ANDES 904708998
VES KAREN 970107794
ov.Canta Callao 910817676
VMT 916292901

Giovanna: Ney me decía 'mi amor'

Conoció a Puchungo cuando le hizo un reportaje y la gente cree que tuvieron una relación

Actriz y locutora contó en 'Café con la Chévez' que productor iba a visitarla a la radio, se hizo su pata y le coqueteaba

Giovanna Valcárcel habló en 'Café con la Chévez' de su amistad con Ney Guerrero y Alfonso 'Puchungo' Yáñez. Cuenta que el productor iba visitarla a la radio y le decía 'mi amor' y que el jugador hasta ahora la llama 'mi mujer'.

Cuando estabas en la radio, de 9 a 12 de la noche, me acuerdo que algunos te llamaban y te decían cosas que un poco más y te mandaban el pack...

Me decían qué querían y qué no querían hacerme. Todo me decían. ¿Y sabes quién, por las cosas de la vida, se volvió mi pata ahí?... Ney Guerrero, sí, porque iba a visitarme, nos matábamos de la risa, salía, conversábamos un rato, porque me escuchaba y nos volvimos patas. Y así varios amigos, Puchungo también...

Pero Ney es un personaje, el causita es la muerte...

Y cuando no habla se le ve todo serio, es lo máximo...

Él debería tener un programa en televisión...

No, mejor que no. Con todas las historias que tiene también, imagínate, salen a relucir otras cosas...

No, pero Ney es lo máximo...

Es capo y si sabe que tienes talento te lo va a decir, te va a incentivar.

¿Y nunca te quiso caer?

No, sabes que siempre me decía 'mi amor hermoso', 'mi amor' siempre, siempre. No sé si así les dice a todas, pero yo le decía 'te amo' y cada vez que lo veo también se lo digo, lo quiero mucho. Yo ahora no estoy mucho en la televisión, pero los productores de antes me encantaban. Cristian Andrade, por ejemplo, que me dio la oportunidad en 'Teatro desde el teatro', también un tipazo maravilloso.

¿Por qué siempre te fastidian con Puchungo?

Ay, porque Puchungo una vez le fui a hacer un reportaje. Me quedó mirando y empezamos a vacilarnos y se quedó eso. Él me decía 'mamacita, te amo', hasta ahora me lo dice él. 'Aló, con mi mujer', así. 'Ahorita te paso', le digo. Es mi pata, hasta ahora somos amigos, súper, pero mucha gente y amigos, del taxi, me dicen 'oye y qué tal con Puchungo, cuántos años estuvieron'. Un tiempito, ¿no? Como para seguirles la corriente, pero él es chévere...

Robotín cumple con su hija

Alan Castillo, más conocido como Robotín, afirma que la distancia no le impide ser un padre responsable y cumplir con la manutención de su única hija biológica con Jazmín Rojas.

El cómico actualmente radica y trabaja en Estados Unidos.

"El dinero que gano lo separo para ella, es mi prioridad. A las otras niñas también les doy apoyo voluntario porque están en mi corazón. No hay ley que me obligue, pero les paso una pensión voluntaria.

Por ejemplo, hace unos días mandé para que compre una impresora y una tablet para el menor, porque se peleaba con su hermanita. Para eso trabajamos, para hacer felices a los niños, así no sean míos. Me comunico con Jazmín y yo cumplo", enfatizó Robotín. [J. Lino]

Cómico desde Estados Unidos manda dinero para su pequeña

Pashi Pashi aconseja a Vicky

"El zorro pierde el pelo, pero no las mañas, ese es Kike", dijo Pashi Pashi sobre el comportamiento del cómico Kike Suero al ser ampayado con otra mujer bailando en una discoteca y aconsejó a Vicky Torero rehacer su vida.

Asimismo, indicó que el cómico no va a cambiar y que Vicky hace bien en retomar su trabajo porque es una mujer bella y talentosa.

"Haga lo que haga, él no va a cambiar, por más que haga lo que haga. Vicky es una buena mujer, talentosa y bella, debería aprovechar en retomar su trabajo y dedicarse más a ella. Kike como pareja no va a cambiar, durante tantos años hemos visto diversos episodios similares y por nada ha cambiado, ese árbol jamás su tronco podrá enderezar", señaló la conductora del streaming 'Chimi churri'. [J. Lino]

Señala que Kike Suero nunca va a cambiar y Torero debe rehacer su vida

Suheyn: Era medio pava en el colegio

La modelo e influencer Suheyn Cipriani contó en el podcast 'No aclares que oscurece', que se emite por el canal Q+ Network, que en la época escolar no la pasó bien.

"En el colegio era medio pava, demasiado sana, muy tranquila, antisocial, como dicen ahora, un otaku", refirió Suheyn.

Luego añadió que debido a esta situación hizo la secundaria en cinco colegios distintos.

"Por cómo era fue que hice los cinco años en distintos centros de estudios y me ocurría cada cosa, era muy callada. Me molestaban mucho, yo no decía nada, solo guardaba silencio. Un día, cuando estaba jugando fútbol, vino una chica y ese día me había puesto el calzón que no tenía elástico, por la euforia del momento me jaló el short y ya se imaginarán lo que pasó", narró entre risas.

Cuenta que hizo la secundaria en cinco colegios distintos

Río Roma festeja su quinceañero

Dúo mexicano confirmó show en Lima

José Luis y Raúl Roma, el dúo mexicano Río Roma, regresan a nuestro país para celebrar por todo lo alto sus quince años de trayectoria musical y reencontrarse con sus miles de seguidores peruanos.
La cita es el 24 de octubre en Costa 21, y prometieron un show lleno de romanticismo e interpretarán sus más grandes éxitos, como 'Me cambiaste la vida', 'Mi persona favorita', 'Te quiero mucho, mucho', 'Todavía no te olvido', 'Caminar de tu mano', entre otros.

Melcocha se despide a lo grande

A sus 90 años le dice adiós a su carrera de sonero

Pablo Villanueva, el querido Melcochita, celebrará por todo lo alto sus 90 años y también le dirá adiós a su carrera de sonero.
'Los 90 de Melcochita: La despedida del sonero' se realizará el sábado 26 de setiembre en el Centro de Convenciones del Parque de la Amistad y contará con la presencia de destacados amigos y artistas del medio, como Camagüey, Brunella Torpoco, Son Tentación, Septeto Acarey, Alex Ramírez y César Vega, entre otros, quienes rendirán un tributo especial al sonero de multitudes.

Mónica: Curwen idolatra a su pareja

Señala que él **idolatra** y cree perfecta a **Carla Campos**, quien fue **ampayada** besando a su amigo **Alonso Grimaldo**

Mónica Cabrejos analizó el ampay de Carla Campos Salazar, novia de Curwen, y advirtió que controlar los deseos de una pareja joven es difícil.
Como se sabe, Carla fue ampayada en situaciones comprometedoras y besando a su amigo, Alonso Grimaldo.
"Hay cosas que no se pueden negar. Si estás comprometida y vas a una discoteca te debes comportar, respetando al compromiso así no esté él. El video es claro: demasiado cariño para ser su amigo, mucha cercanía para estar comprometida", comentó.

Curwen vio el ampay por celular, dijo que no era un beso y que demandaría a quienes hablen del honor de su novia...

Idealizamos a la pareja al punto de creerla perfecta. Al estar enamorados, se cree que el otro no se equivoca. Él la ama, la idolatra, dice que es su vida; eso es un gran problema.

Ellos estaban comprometidos para casarse...

Bastante prematuro, actúan de forma inmadura. Les diría que esperen; al casarse jóvenes sufren más. Ella tiene 24 años y él es más pausado, tiene 38. La diferencia de etapas es el problema.

¿Este caso es como el de Said Palao y Alejandra Baigorria?

No, no son esposos y él no es chiquillo. La chica tiene 24 años. A veces se acepta casarse por cariño, sin estar segura de querer hacerlo.

¿Pueden recobrar la confianza?

Curwen es casero; ella, de fiesta. De joven es difícil controlar los deseos; el baile es seducción. Un beso que para ella no importa, al hacerse público, se vuelve importante. Deben aclarar qué quieren. (J. Lino)

Yolanda: Marisol es una vieja ridícula

Señala que le gusta minimizar a los demás

Yolanda Medina tildó de 'ridícula' a la 'Faraona' Marisol Ramírez tras menospreciar el trabajo de la asesora de imagen Nicole Akari.
"Vi su pelea con Nicole Akari y me pareció ridículo, le gusta minimizar a los demás y es porque se siente menos", dijo la líder de Alma Bella.
De otro lado, señaló que a la 'Faraona' le gusta sobresalir por los escándalos y solo hace el ridículo.
"¿Qué se puede esperar de esa señora a la que solo le gusta sobresalir por escándalos?, debería peinarse y cuidar su imagen. Tanto que le gusta minimizar al resto, debería acordarse de su pasado y dejar de pintarse como pobrecita porque eso ya aburre y nadie le cree. Tan vieja y tan ridícula", indicó Medina, quien es vocera de la Liga Contra el Cáncer y estará presente en la colecta que se realizará este 20 y 21 de agosto: "Mañana y el viernes hay que colaborar, nadie está libre de esta enfermedad". (J. Lino)

HOLA, MI BARRUNTO. Llego embaladita para contarles los últimos chismes de Chollywood... **ISRAEL DREYFUS** dizque pasó por algo parecido a lo de **CURWEN** y le dio la bienvenida al club. Asuuu... **KATIA PALMA** estuvo el lunes de cumpleaños y la sorpresa fue la aparición de **MARICARMEN MARÍN**, quien le cantó algunos temas. Es que la 'dulce princesita' es pinky de la conductora de 'Esto es guerra'. Felicidades... **PAMELA LÓPEZ** negó que uno de los motivos de su ruptura con **PAUL MICHAEL** haya sido por sus coqueteos con el productor **FRANCO PORTALES**, y aclaró que cuando estaba con el chalaquito ni conocía a su actual saliente. Puso el parche... Después de la salida de **MACARENA GASTALDO** del podcast 'Nadie sabe', **GIANCARLO COSSÍO** presentó a **AÍDA MARTÍNEZ** como su nuevo jale y ya empezó el coqueteo con **VARO VARGAS**, ¿será 'armani'?... **FABIO AGOSTINI** y **KAREN DEJO** regresaron a 'Esto es guerra' y dizque **FACUNDO GONZÁLEZ** sería la próxima sorpresa. Hummm... **DIANA SÁNCHEZ** está disfrutando del sol y las playas del norte, en compañía de su esposo **DAN** y su perrito, que es su engreído. Buena... Ahora sí me quito porque mi amorcito quiere que juguemos a la botella borracha... Suuuaaaveee.

Luren: Soy una mujer real con errores y aciertos

Márquez agradeció la **segunda oportunidad** que le dio la organización para continuar siendo **Miss Perú**

La actual Miss Perú, Luren Márquez, luego de la controversia que se generó cuando la despojaron de la corona y después recuperó el título, señaló que tal situación solo demostró que una reina de belleza tiene aciertos y errores, porque es una mujer real.

"Antes de darles la bienvenida a las candidatas al Miss Perú 2027, quiero hablar sobre el tema que pasó hace unos días. Primero quiero agradecer a la Organización Miss Perú por la segunda oportunidad, soy humana y como tal tengo virtudes y defectos. Creo que lo que sucedió reafirma, sobre todo, que una mujer que lleva la corona no es el símbolo de ser perfecta, es el símbolo de ser una mujer real que comete errores y desaciertos. Esto también deja un ejemplo simbólico para las nuevas generaciones", detalló Luren en el Teatro Municipal del Callao.

'HAY QUE CONTAR LA VERDAD'

En otro momento de la presentación de las aspirantes a Miss Perú, Jessica Newton se refirió al tema.

"Si yo quisiese haber dado mayor información, estaría en el comunicado que se publicó, pero lo que sí, al igual que Luren, desmiento categóricamente que personas a raíz de esto hayan inventado historias para dañar a Luren, a mí o a la organización. La verdad, yo me siento tranquila, todo el mundo es libre de decir las cosas. Creo también que es importante que alguien que está al frente de un medio de comunicación aprenda siempre a respetar la verdad, no por llenar un espacio vamos a dar cabida a cualquier persona que no cuente lo que es real", dijo.

Jessica Newton dijo que 'no por rellenar un programa se puede faltar a la verdad'

Fabio: Aquí la paso bien

Fabio Agostini regresó a 'Esto es guerra' y contó que cuando le hicieron la propuesta aceptó de inmediato. "Otra vez estoy aquí, esta es mi segunda casa, siempre lo he dicho. Cuando me lo propusieron, yo estaba por aquí, ahora mismo estaba de vacaciones porque estuve cuatro meses encerrado (en 'La casa de los famosos') y fue bastante duro, pero gané. Así que dije por qué no, aquí la paso bien, por el momento me quedo aquí disfrutando, compitiendo y estando con mis amigos", afirmó el galáctico.

Galáctico regresó a 'Esto es guerra'

Cueva: Pamela es espectacular

Christian Cueva se desvivió en elogios para Pamela Franco durante la entrevista que sostuvo con el 'Loco' Vargas.

"Mi mujer lo es todo, ella me llena de felicidad. Es guapísima, espectacular, canta hermoso y me encanta cantar con ella, subir al escenario juntos", detalló.

Cueva también se refirió a cómo llevan su relación debido al escándalo en el que se vieron envueltos. "Vivimos tranquilos, pueden especular muchas cosas, pero nosotros estamos bien, llevamos la relación hacia adentro, no permitimos que el exterior nos gane", dijo.

Dice que su relación está bien y viven tranquilos

Raysa: Paul puede hacer lo que quiera

Raysa Ortiz señaló que la relación que le une a Paul Michael es amical y puede hacer lo que quiera, ya que el salsero fue captado pasando la noche con una misteriosa jovencita. "(Paul) Es una increíble persona, amable, atento también, me ha regalado mi collarcito, a veces me ha llevado mi postrecito. Somos amigos hasta ahora, superbién, nos estamos conociendo", declaró la actriz a las cámaras de 'América hoy'.

Luego, indicó que Paul está soltero y puede salir con quien quiera. "Todo bien, Paul es una persona soltera y puede hacer lo que quiera, igual creo que es su amiga, por ahí ha estado diciendo. Si es su amiga o no, todo bien, él tiene derecho a hacer lo que quiera. No tendría por qué darme explicaciones", agregó.

Aclara que salsero es solo su amigo

familia bienestar

Palta fresca

Si te sobró la mitad de una palta y quieres evitar que se oscurezca, colócala boca abajo en un bol con agua y podrás conservarla por varias horas e incluso hasta el día siguiente.

Evita lavarlo

Aunque muchos creen lo contrario, el pollo crudo no debe lavarse antes de cocinarlo. El agua no elimina las bacterias; al salpicar, puede esparcirlas y contaminar todo alrededor.

Ollas seguras

Para cocinar, opta por ollas de acero inoxidable o hierro fundido, ya que son materiales seguros. Si utilizas las de teflón, evita sobrecalentarlas y reemplázalas cuando estén deterioradas.

LAS CONSECUENCIAS PUEDEN SER MÁS SERIAS DE LAS QUE CREES

DORMIR MAL ES PELIGROSO PARA TU SALUD

POR: YARITZA DÍAZ

El insomnio **persistente** puede elevar el riesgo de hipertensión, diabetes, sobrepeso y **problemas cardiovasculares**

Dormir mal una noche puede dejarnos cansados, irritables y con poca concentración al día siguiente. Pero cuando el problema se repite durante semanas o meses, las consecuencias van más allá del agotamiento y pueden afectar seriamente la salud.

La neuróloga Jessica Mateo explica que, si las dificultades para dormir persisten durante tres meses o más y ocurren al menos tres noches por semana, podría tratarse de insomnio crónico, un trastorno que no debería normalizarse.

La falta prolongada de sueño puede favorecer problemas cardiovasculares, como hipertensión y alteraciones del ritmo cardíaco, además de trastornos metabólicos relacionados con la diabetes y el sobrepeso. ***"También puede disminuir las defensas y dejar al organismo más vulnerable frente a ciertas infecciones"***, indica la especialista.

Además, dormir mal de manera constante puede alterar la presión arterial y los niveles de glucosa, factores que aumentan el riesgo de sufrir un accidente cerebrovascular (ACV). ***"Cada vez hay más personas que no duermen bien y muchas dejan pasar el problema sin buscar ayuda a tiempo"***, advierte Mateo.

¿QUÉ HACER?

Para mejorar el descanso, evita las pantallas, las comidas pesadas, el alcohol y el café antes de acostarte. Si las dificultades para dormir persisten, es importante consultar con un especialista.

SABÍAS QUE...

Repetir actividades tranquilas antes de acostarte ayuda a preparar el cuerpo para dormir. Leer o tomar una ducha tibia puede relajarte y así lograr un mejor descanso.

LA RECETA DE HOY

Por: Doña Marmita

Galletas de avena con pasas

INGREDIENTES

+125 g de harina sin preparar
+Una pizca de bicarbonato de sodio
+Una pizca de polvo de hornear
+125 g de mantequilla
+125 g de azúcar blanca
+100 g de azúcar rubia
+1 huevo
+1 cda. de esencia de vainilla
+1 cda. de leche
+160 g de avena
+125 g de pasas negras

PREPARACIÓN

+Precalentar el horno a 180 °C. Cernir los ingredientes secos: harina, bicarbonato, polvo de hornear y sal. Reservar. Batir la mantequilla con los dos tipos de azúcar e incorporar el huevo, la vainilla y la leche. Agregar los ingredientes secos, la avena y las pasas. Separar la mezcla en porciones y darles forma de pelotita. Colocarlas en una fuente forrada con papel manteca. Hornear por 12 minutos y disfrutar.

PADRES E HIJOS

Juliana Sequera
Psicóloga clínica T.P. 198493

EL HÁBITO DE HABLARSE BONITO

Hay personas que hablan con ternura a todos, excepto a sí mismas. Se perdonan poco, exageran sus errores y convierten cada tropiezo en prueba de que no son suficientes. Ese diálogo interno no es inofensivo: influye en la autoestima, en las decisiones y en la manera en que enfrentamos todo. Hablarse bonito no significa negar la realidad ni repetirse frases vacías frente al espejo. Significa corregirse sin humillarse, reconocer los avances y aprender a mirarse con la misma compasión que ofreceríamos a alguien que amamos. En vez de decir 'soy un fracaso', puedes pensar: "Esto no salió como esperaba, pero puedo aprender". Parece un cambio pequeño, pero transforma la forma de relacionarte contigo. La voz interior puede convertirse en refugio o en castigo. Por eso conviene escucharla y preguntarse: ¿Me estoy acompañando o me estoy destruyendo? La autoestima también se construye con palabras. Y quizá el primer gesto de amor propio sea dejar de hablarte como si fueras tu enemigo.

@julianasequera en Instagram

radio oxigeno

¡AHORA TAMBIÉN EN STREAMING!

TRAFFIC SHOW

CON CHINO Y ADOLFO

LUN A VIE | 5PM A 7PM

MÍRALO EN YOUTUBE @RADIOOXIGENO

trome ESCOLAR

EL CAMPEÓN ENFRENTARÁ A SU PRINCIPAL RIVAL

PARECEN SINÓNIMOS PERO NO LO SON

Diferencias entre 'enfrentar', 'afrontar' y 'confrontar'

EL POLICÍA CONFRONTÓ LAS VERSIONES DE LOS TESTIGOS

¿Enfrentamos, afrontamos o confrontamos un problema? Aunque estos tres verbos suelen aparecer en situaciones de conflicto o dificultad y muchas veces se usan como sinónimos, no siempre significan exactamente lo mismo. Cada uno tiene matices que pueden cambiar el sentido de una oración y conocerlos nos ayuda a expresarnos con mayor precisión.

ENFRENTAR

Significa hacer frente a una situación, problema, peligro o adversario. También puede referirse a poner a dos personas o grupos frente a frente, especialmente cuando existe oposición.

Ejemplos:

✓ El equipo enfrentará a su principal rival en el próximo partido.

✓ Debemos enfrentar nuestros miedos y seguir adelante.

AFRONTAR

Se utiliza cuando alguien asume o encara una dificultad, responsabilidad o situación complicada con disposición para resolverla o sobrellevarla. A diferencia de enfrentar, suele centrarse más en la manera de asumir una circunstancia adversa.

Ejemplos:

✓ La familia tuvo que afrontar una difícil situación económica.

✓ Juliana afrontó con valentía los rumores que circulaban sobre ella.

CONFRONTAR

Implica poner frente a frente personas, ideas, versiones o datos para compararlos, discutirlos o comprobar sus diferencias. También puede aludir a un enfrentamiento directo.

Ejemplos:

✓ El investigador confrontó ambas versiones para determinar qué había ocurrido.

✓ La policía confrontó las versiones de los dos testigos para descubrir contradicciones.

Tienen significados parecidos, pero expresan acciones distintas

Conoce sus diferencias y úsalos correctamente

LUCÍA AFRONTÓ UNA SEMANA COMPLICADA EN EL TRABAJO

curiosidades

LOS BEBÉS NACEN CON MÁS HUESOS QUE LOS ADULTOS

Aunque parezca sorprendente, los bebés nacen con alrededor de 270 huesos, mientras que un adulto tiene 206. Esto ocurre porque, al nacer, varios huesos todavía están separados y son más flexibles, lo que facilita el paso del bebé por el canal del parto y permite que el cuerpo crezca. A medida que pasan los años, algunos de estos huesos se van uniendo mediante un proceso llamado fusión ósea. Por ejemplo, varios huesos del cráneo se fusionan durante el desarrollo, al igual que ocurre con algunas partes de la columna y la pelvis. Por eso, no perdemos huesos al crecer: muchos simplemente se unen hasta formar estructuras más grandes y resistentes.

LA YAPA

Al igual que estas tres palabras, hay otras que parecen sinónimos a simple vista, pero tienen diferencias. Por ejemplo, 'recordar' es traer algo a la memoria, mientras que 'acordarse' implica tener presente algo que se había olvidado. 'Eficaz' se refiere a aquello que logra el resultado esperado, mientras que 'eficiente' supone conseguirlo aprovechando bien los recursos. Y 'actitud' es la disposición ante una situación, mientras que 'aptitud' es la capacidad o habilidad para realizar algo.

EL PORQUÉ DE LAS COSAS

¿POR QUÉ LOS MOSQUITOS PICAN A UNAS PERSONAS MÁS QUE OTRAS? Porque se sienten atraídos por ciertas señales que emite nuestro cuerpo, como el dióxido de carbono al respirar, el calor, el sudor y algunos olores de la piel. Factores como la genética y las bacterias presentes en nuestra piel también influyen.

QUÉ SIGNIFICA

Escarnio

El sustantivo 'escarnio' se refiere a una burla cruel o humillante que busca ridiculizar, ofender o avergonzar a una persona. Por ejemplo: 'Fue objeto de escarnio por su error'. Una expresión frecuente es 'escarnio público', que se utiliza cuando esa humillación ocurre ante otras personas o queda expuesta públicamente.

MILLPU

Las piscinas naturales de Millpu están ubicadas cerca de la comunidad de Circamarca, en el distrito de Huancaraylla, Ayacucho. Este atractivo está formado por unas veinte pozas de aguas turquesas que recorren un cañón rodeado de paredes rocosas y vegetación. Durante la visita se puede realizar caminatas, contemplar las cascadas, observar las piscinas desde los miradores y tomar fotografías de su particular paisaje.

CLASIFICADOS

ENCUENTRA ESO QUE BUSCAS Y MÁS

el talán

inmuebles | vehículos | empleos | educación | oportunidades

empleos

Profesionales

302 | Pedidos

ASISTENTE Del hogar departamento experiencia 3 años mínimo todo servicio cama adentro especialista cuidado 2 niños referencias 990930117 urgente.

PROFESOR(A) letras para El Agustino Telef 981300531

oportunidades

Remates varios

435 | Ofrecidos

EMPRESA de Transporte de carga FAST MOVE E.I.R.L. RUC 20611727578 busca proveedores: repuestos y mantenimiento de vehículos, herramientas, EPPS y otros servicios relacionados Escribenos: fastmovenrsf@gmail.com

CREADORES Y SABIOS DE LOS AMARRES OCULTOS
ELOANA Y ADONAY
AUTENTICOS CURANDEROS CLARIVIDENTES
EL TERROR DE LOS INFIELES
AMAS Y TE DESPRECIAN, TE TRAICIONAN, TE MALTRATAN
NO ERES CORRESPONDIDO Y NO SABES QUE HACER

AMARRES DE AMOR, ENDULZAMIENTO, ENCANTAMIENTO, SEXUALES, EN CONTRA DE SU VOLUNTAD
DESCARTES DISTANCIO A TU ENEMIGO O CON RITOS DE SANTERIA CUBANA Y POLVOS DE MUERTO ZOMBI
ATADURAS DE 7 NUDOS EN SANTERIA CUBANA BRUJERIA SOMETIMIENTOS, DOMINOS, BAÑOS Y CONJUROS
RASTREOS DE BAÑOS EN EL CEMENTERIO BRUJERIAS SEPULTADAS EN DELANTE DE TU PERSONA, NEGOCIO, CASA O CHACRAS, PERDIDAS O ROBOS
SI PIENSAS QUE YA LO TIENES TODO PERDIDO, TE DOY LA SOLUCION INMEDIATA EXPERTO UNIENDO MATRIMONIO, DEVORCIO, TE HAGO GANAR JUICIOS, HERENCIAS, CURO EMPRESAS, NEGOCIOS Y CHACRAS
BRUJERIA CUBANA DOBLEGO SU TEMPERAMENTO, SU ORGULLO Y CARACTER DE TU SER AMADO Y LO PONDRE DE RODILLAS PIDIENDO PERDON
TAROT
LUN A SAB: 9AM A 9PM
DOM: 9AM A 2PM
NO SE DEJE ENGAÑAR CON FALSOS TRABAJOS POR INTERNET
Lima: AV. GERARDO UNGER #1533 2do PISO
FRENTE AL METRO DE LA UNI AL COSTADO DEL GRIFO REPSOL
99716071 - 992226527

YA NO SUFRAS MAS SE FELIZ JUNTO A LA PERSONA QUE AMAS PARA TODA LA VIDA
ESPECIALISTA HACIENDO AMARRES AMADEO

A la persona mas rebelde y orgullosa, lo pongo completamente rendido a tus pies sin importar lugar o distancia, si está lejos le buscara y si está con otra persona lo dejara para estar contigo.
ATENCION DE LUNES A SABADO DE 9AM A 8PM
981673196 PLAZA 2 DE MAYO N°24 OFICINA 202 2do. Piso CENTRO DE LIMA

CÁNCER DE: PRÓSTATA
CIRUGÍA LAPAROSCÓPICA / SIN CORTE • LÁSER
• IMPOTENCIA SEXUAL
• FALTA DE DESEO SEXUAL
• SEXUALIDAD DISMINUIDA
• INCONTINENCIA URINARIA
• EYACULACIÓN PRECOZ
• DISFUNCIÓN ERÉCTIL
• INFECCIONES GENITALES
• PRÓTESIS PENEANA
• VASECTOMÍA

EXPERIENCIA EN LA ESPECIALIDAD 20 AÑOS
Prevención y Tratamiento

OPERACIONES:
• TUMORES
• CÁLCULOS
• QUISTES EN RIÑON
• URÉTERES
• VEJIGA
• GENITALES
PRÓSTATA Y GENITALES

Dr. FUHAD HIRSH
DIAGNÓSTICO Y TRATAMIENTO DE ENFERMEDADES UROLÓGICAS EN HOMBRES Y MUJERES.
CIRUJANO - URÓLOGO - MAGISTER 00289 - DOCTORADO 00115
CMP 12339 - RNE 10151
Clínica San Marcos CSM
Huaráz 1425 - 3er. piso - Breña
Espalda Hospital del Niño - Lima
CITAS: 999 456 028 940 247 348
CONSULTA MÉDICA : LUNES A SÁBADO de 11am. a 5 pm.

VINILOS legendarios
DESDE S/ 79.90
Escanea aquí
*Válido en productos seleccionados | www.coleccioneselcomercio.pe

Trome oficial
@tromepe
14
Siguiendo
4.4 mill.
Seguidores
157,6 mill.
Me gusta
4.4
MILLONES
Y SEGUIMOS CRECIENDO...
TikTok

.... FOTOGRAFÍA

TU HORÓSCOPO

21.3 | 19.4

ARIES. Es tiempo de sacar conclusiones de lo que has vivido. Tu instinto te dirá si vas por el buen camino.

20.4 | 20.5

TAURO. Si crees que todo te va a salir mal, así será. La fuerza mental y tu esfuerzo son la clave. Tú puedes.

21.5 | 20.6

GÉMINIS. Respira hondo, asesórate y toma decisiones. Utiliza bien ese dinero, no lo malgastes en cosas que no valen la pena.

21.6 | 22.7

CÁNCER. Hay posibilidades de dar un cambio radical en tu vida, pero no pierdas el tiempo en frivolidades. Hoy miércoles es un buen día para el amor.

23.7 | 22.8

LEO. Resuelve de inmediato esos asuntos pendientes. Se viene una etapa productiva para ti. Grata sorpresa en esta jornada.

23.8 | 22.9

VIRGO. Mira el lado positivo de todo lo que estás viviendo. Hay alguien que busca aclarar las cosas contigo. Escucha.

23.9 | 22.10

LIBRA. La envidia está a tu alrededor, no te vincules con gente malintencionada. Llega lo que esperas. Aprovecha.

23.10 | 21.11

ESCORPIO. Es momento de la reflexión, de hacer una pausa y planificar. La suerte te acompaña en lo que haces. Vas bien.

22.11 | 21.12

SAGITARIO. Debes aprovechar las oportunidades, piensa en tu futuro. Esa persona te dará la mano. Recapacita.

22.12 | 19.1

CAPRICORNIO. Estás en una buena etapa de tu vida, da lo mejor que tienes. Esa persona te extraña y pregunta por ti.

20.1 | 18.2

ACUARIO. Ten cuidado con esos malestares, lo mejor es descansar y recuperar energías. Conversa con tu familia sobre ese tema que te molesta.

19.2 | 20.3

PISCIS. Saca fuerzas de tu interior y enfrenta los obstáculos. Después de la tormenta llega la calma. Renuévate.

PURAS letras

FRUTAS DE LA AMAZONÍA PERUANA

F	S	M	V	X	S	F	I	R	A	M	U	F	A	U	Z	A	O	P	O	C
B	X	C	A	M	U	C	A	M	U	G	U	N	A	G	V	X	S	G	A	C
P	F	F	S	C	G	S	X	B	M	F	A	Z	Z	F	O	G	S	X	B	G
I	A	Y	A	P	A	P	G	S	X	A	F	A	Z	A	C	G	A	F	S	A
J	F	A	Z	V	G	M	G	S	X	B	R	V	C	S	P	F	S	I	A	G
U	F	A	Z	V	U	A	B	C	B	I	S	A	B	X	S	O	U	F	V	S
A	A	Z	A	R	A	F	Z	O	G	R	C	G	C	F	G	H	T	F	A	Z
Y	V	A	L	A	J	V	V	C	S	E	G	S	G	U	A	F	A	E	V	Z
O	D	Z	L	F	E	F	A	O	X	P	B	X	H	R	Y	V	Z	A	F	F
T	A	V	I	Z	F	O	Z	N	B	A	G	S	U	A	V	A	C	F	A	A
A	F	F	V	A	T	V	Z	A	N	T	S	G	I	F	A	N	F	A	F	L
P	V	A	U	I	F	A	A	A	S	X	N	F	T	V	Z	O	D	A	R	O
E	Z	Z	M	A	Z	V	B	G	B	U	F	S	O	D	A	N	V	Z	A	B
R	A	I	F	C	H	A	R	I	C	H	U	E	L	O	F	A	F	A	Z	M
F	A	V	Z	A	N	A	N	H	Y	U	J	D	A	Z	V	A	F	A	Z	A
C	D	A	Z	A	C	A	D	F	C	A	S	H	O	F	C	A	F	A	Z	R
F	A	G	U	A	B	A	T	A	P	E	R	D	A	B	A	Y	A	U	G	A
V	F	G	F	S	X	H	U	A	S	A	I	C	A	R	A	B	T	Y	H	C

- Aguaje
- Camu camu
- Cocona
- Arazá
- Copoazú
- Ungurahui
- Carambola
- Guaba
- Caimito
- Anona
- Guanábana
- Zapote
- Pijuayo
- Huito
- Charichuelo
- Macambo
- Taperibá
- Casho
- Umarí
- Cacao
- Uvilla
- Huasaí
- Guayaba
- Papaya
- Maracuyá

TE AMO

MEREZCO VOLVER A SER FELIZ

Cartas: Editora El Comercio S.A. Jr. Paracas N°530, Pueblo Libre.
Mail: doctoracarmen01@trome.com

GUSTAVO.- Doctora, soy un fiel lector de Trome y siempre estoy pendiente de su columna. Vivo en San Juan de Miraflores y me considero un hombre sincero, cariñoso, amable, apasionado y fiel. Hace un tiempo sufrí una gran decepción: la persona que estuvo conmigo no me valoró, me traicionó y jugó con mis sentimientos. Fue una etapa muy difícil, pero logré superarla y hoy estoy dispuesto a volver a enamorarme. Busco una mujer sincera y cariñosa, con quien pueda construir una bonita relación. Las interesadas pueden comunicarse conmigo al **986-695-271. Gracias.**

DOCTORA CARMEN

Mira, hijito:
Me alegra que hayas superado esa mala experiencia y estés decidido a darte una nueva oportunidad. Haces muy bien, pues todos merecemos ser felices. Ten paciencia y no te apresures; verás que, cuando menos lo esperas, podrás conocer a una buena mujer. **Suerte.**

TROME sudoku 850

			5				8	
		3						
				6			5	4
2	4			8	3	9		5
		7	6	5			2	
	5					6		
	7			4			3	8
6		4		3				7
3	8	2			5	4	6	9

TROME SERIES

NETFLIX

TROYA, LA CAÍDA DE UNA CIUDAD

TEMPORADAS: 1
CAPÍTULOS: 8

Paris, príncipe de Troya, se enamora de Helena, reina de Esparta, y decide llevarla con él, desatando la furia del rey Menelao. Decididos a recuperarla, los griegos reúnen un ejército y marchan hacia Troya. Mientras ambos bandos luchan por sobrevivir, el amor, la ambición y las traiciones marcarán el destino de una ciudad condenada a caer.

SOLUCIÓN GRAMA

¡GRAN ESTRENO!

GIOVANNA: NEY ME DECÍA 'MI AMOR'

CONDUCE: CARLA CHÉVEZ

EL BÚHO EN LAS CALLES INUNDADAS

EL BUHO

Este Búho se puso las botas y recorrió el último domingo los distritos de **Villa María del Triunfo, Villa El Salvador y Chorrillos.** Los informes meteorológicos anunciaban una llovizna persistente durante varias horas. En las redes sociales, como **TikTok,** los vecinos transmitían las grandes inundaciones y el colapso de las redes de desagüe. Al llegar el panorama era devastador, me preguntaba cómo una garúa, de algunas horas, porque recién eran las 7 de la noche, podía generar todo ese problema: **los baipases parecían piscinas olímpicas, las pistas como ríos caudalosos, los centros comerciales como si hubieran sido azotados por un gran tsunami de lodo.** La gente que había salido a celebrar el **Día del Niño** buscaba refugio bajo las calaminas que se volaban. Regresaron empapados a casa. Se armó un tráfico interdistrital y hasta una cúster quedó sumergida en el agua. No es novedad para los habitantes de estos distritos, es un problema que persiste año tras año, invierno tras invierno. Aunque a diferencia de hace una década, hoy se puede ver más pistas de concreto, estas no cuentan con un sistema de drenaje diseñado acorde a las necesidades de estas zonas, en donde la lluvia es intensa. **En el baipás de Villa María del Triunfo –el que conecta Nueva Esperanza, Tablada de Lurín con Villa El Salvador– ya es normal que frente a una lluvia de un par de horas quede totalmente inundado, como si se tratara de una laguna artificial,** o eso fue lo que vio un intrépido e irresponsable caballero que se lanzó a nadar en esa mezcla de lluvia y aguas residuales.

"Esto es de todos los años. Nosotros en broma decimos que es la Venecia de Lima, pero la realidad es que sufrimos año tras año el mismo problema", me dijo una mamita que esperaba un mototaxi. Solo cuando sucede, la municipalidad del distrito activa una **'respuesta inmediata'.** Pero los vecinos ya están cansados de las 'respuestas inmediatas', y exigen una solución integral, que no los deje incomunicados, que no les afecte a su vida diaria como ir a trabajar o estudiar. **Sin duda, detrás de estas grandes obras, que se construyen sin estudios de prevención y mitigación, hay una mano con 'uñas largas'.** Aquí las responsabilidades tienen que asumirlas el municipio, Sedapal y el Gobierno central. **"Esto es de siempre. Construyen, echan cemento, pero en invierno se inunda todo, esto no tiene otro nombre que corrupción",** me decía un taxista de la zona comprensiblemente ofuscado. En Chorrillos varios emprendedores perdieron su mercadería por las inundaciones. Se calcula que la pérdida supera los dos millones de soles. **En Villa El Salvador se registraron casi 300 personas damnificadas y 62 casas afectadas. Solo me pongo a pensar que si una llovizna hizo que se paralice una parte de Lima, ¿qué es lo que sucederá con el país entero cuando empiece el fenómeno El Niño? ¿Estamos preparados?** Lo sucedido el último domingo nos desnudó, y la respuesta es sencilla: no. Apago el televisor.*